

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Hasil temuan terhadap 102 responden mengenai Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Hidayah Kota Depok pada tahun 2023, maka penelitian ini dapat ditarik kesimpulan berupa:

- a. Gambaran kelompok usia dari 102 remaja putri, diketahui bahwa sebanyak 52 remaja putri (51%) masuk dalam kelompok umur remaja awal, 47 remaja putri (46,1%) masuk kategori remaja pertengahan, dan sebanyak 3 remaja (2,9%) masuk kategori remaja akhir.
- b. Remaja yang mengalami anemia sebanyak 27 (26,5%) dan yang tidak anemia sebanyak 75 (73,5%). Kemudian kebanyakan santriwati memiliki status gizi normal sebanyak 73 remaja (71,6) sedangkan yang memiliki status gizi tidak normal sebanyak 29 remaja (28,4). Prevalensi santriwati yang memiliki asupan zat besi adekuat yaitu 52 orang (51%), sedangkan santriwati dengan asupan zat besi inadkuat yaitu 50 orang (49%). Asupan vitamin C santriwati mayoritas inadkuat yaitu sebanyak 58 orang (56,86) sedangkan yang adekuat sebanyak 44 orang (43,13%). santriwati dengan siklus haid abnormal sebanyak 18 orang (17,6%) dan siklus haid yang normal sebanyak 84 orang (82,4%). Prevalensi santriwati yang memiliki *body image negatif* mencapai 53 orang (51,96%) sedangkan *body image positif* mencapai 49 orang (48,03%). Santriwati dengan pemahaman kurang mencapai 59 orang (57,84%) dan pemahaman cukup mencapai 43 orang (42,15%).
- c. Tidak terdapat kaitan antara status gizi ($p = 0,252$) dan siklus haid ($p = 0,656$) dengan peristiwa anemia pada santriwati.

- d. Terdapat kaitan antara asupan zat besi (fe) ($p = 0,000$), asupan vitamin C ($p = 0,000$), *body image* ($p = 0,026$), dan pengetahuan ($p = 0,047$) dengan peristira anemia pada santriwati.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Responden

Penulis menyarankan bagi narasumber untuk lebih memperhatikan pola makan, meningkatkan frekuensi pangan sumber zat besi dan vitamin c, meningkatkan persepsi *body image* positif, dan meningkatkan pengetahuan gizi agar terhindar dari anemia.

V.2.2 Bagi Pesantren Al-Hidayah Kota Depok

Penulis menyarankan kepada Pondok Pesantren Al-Hidayah Kota Depok untuk bekerjasama dengan mahasiswa kesehatan memberikan penyuluhan terkait anemia pada remaja putri agar dapat menghindari hal-hal yang dapat menimbulkan kejadian anemia.

V.2.3 Bagi Peneliti Lain

Melakukan penelitian selanjutnya dengan jumlah sampel yang lebih besar dan lebih bervariasi agar mendapatkan gambaran yang lebih luas mengenai masalah anemia pada remaja dan faktor-faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.